СЕМЬ ПОВАРЯТ

Семь поварят – ваши незаменимые помощники в будни и праздники. Доверяйте их опыту и смело следуйте их советам!

Все блюда, рецепты которых приводятся в книге, приготовлены и апробированы в кулинарной студии издательства «Аркаим».

Для достижения наилучшего результата используйте только качественные продукты. Семь поварят всегда выбирают продукцию компании «Макфа».



МИЛЛИОН МЕНЮ
для праздников и будней

ISBN 978-5-8029-1962-0

МАГИЯ ПЛОВА

СЕМЬ ПОВАРЯТ

МАГИЯ ПЛОВА



МИЛЛИОН МЕНЮ™

СЕМЬ ПОВАРЯТ



МАГИЯ ПЛОВА

Издательство «Аркаим»

УДК 641.5
ББК 36.99
М12

Магия плова. – Челябинск: Аркаим, 2007. – 32 с.: ил. – (Семь поварят).
М12 ISBN 978-5-8029-1962-0

С помощью нашей книги вы в совершенстве овладеете секретами приготовления традиционного блюда восточной кухни – плова.

УДК 641.5
ББК 36.99

Семь поварят

Издание для досуга

Магия плова

В книге использованы рецепты и фотографии блюд с сайта www.millionmenu.ru

Подписано в печать 28.04.07. Формат 60×100/16. Усл. печ. л. 2,2
Заказ № 443

ООО «Издательский дом «Аркаим»
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2

Отпечатано в Китае

ISBN 978-5-8029-1962-0

СОДЕРЖАНИЕ





основные блюда

- 350 килокалорий
- 355–450 килокалорий
- 455–550 килокалорий

ПЛОВ С ЧЕСНОКОМ

на 10 порций

- баранина, говядина или свинина 1,5 кг
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь 1 кг
- лук репчатый 150 г
- чеснок 3 головки
- зира, куркума, барбарис, паприка
- перец черный молотый
- соль

Зирвак – это обжаренное с луком и морковью мясо



■ Мясо разрежьте на куски по 150–200 г, лук нарежьте полукольцами, морковь нашинкуйте соломкой.

■ Для зирвака разогрейте масло в казане, положите мясо и на сильном огне обжаривайте его под крышкой до образования румяной корочки. Добавьте лук, жарьте его до золотистого цвета, затем влейте горячую воду так, чтобы она покрыла мясо, и тушите до полуготовности.

■ Положите морковь, тушите еще 15 минут, всыпьте пряности, прогрейте 5 минут.

■ Засыпьте рис, посолите и влейте горячую воду на 2,5 см выше уровня риса, дайте ей закипеть, положите головки чеснока и, уменьшив нагрев, тушите до готовности. Накрыв казан плотной тканью, выдержите плов 15–20 минут.

■ При подаче выложите на блюдо рис, на него – морковь, затем – мясо.

• Время приготовления 2 часа 10 минут •





Изюм сояги – это кишмиш, высушенный в тени



ПЛОВ «ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ»

на 6 порций

- мякоть баранины, говядины или телятины 1 кг
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь 800 г
- лук репчатый 150 г
- изюм сояги 150 г
- айва 400 г
- перец черный молотый
- соль

■ Айву нарежьте кубиками и замочите в холодной воде, чтобы она не почернела.

■ Плов готовьте, как описано в предыдущем рецепте. Непосредственно перед самой закладкой риса положите айву вперемешку с изюмом.

■ При подаче выложите сначала рис, затем морковь с луком и мясо.

• Время приготовления 2 часа 20 минут •

ПЛОВ С АЙВОЙ





на 8 порций

- мякоть баранины, говядины или телятины 1 кг
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь 800 г
- лук репчатый 150 г
- айва 400 г
- пряности

■ Приготовьте зирвак (см. рецепт на с. 4). Айву разрежьте пополам, удалите сердцевину и уложите эти половинки на зирвак, тушите 5 минут, затем положите рис.

■ При подаче плова айву можно переложить на отдельную десертную тарелку, а можно выложить ее сверху на плов.

• Время приготовления 2 часа 10 минут •

ПЛОВ С ТЫКВОЙ

на 10 порций

- баранина, говядина, свинина или домашняя птица 1 кг
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь 500 г
- лук репчатый 150 г
- тыква 350 г
- пряности

■ Тыкву нарежьте кубиками со стороной 2 см.

■ Приготовьте зирвак (см. рецепт на с. 4), залейте водой и доведите ее до кипения, положите тыкву и тушите ее до полуготовности. После чего засыпьте рис и готовьте плов как обычно.



• Время приготовления 1 час 40 минут •

ПЛОВ КУРИНЫЙ ПО-ПЕРСИДСКИ

на 4 порции

- мякоть курицы 700 г
- рис 200 г
- масло растительное 2–3 ст. ложки
- лук репчатый 2 головки
- семена тмина молотые 1 ч. ложка
- паста томатная 1 ст. ложка
- шафран 1 ч. ложка
- сок гранатовый 100 г
- бульон куриный 1 л
- чернослив без косточек или курага 125 г
- изюм без косточек 2 ст. ложки

Обжарьте на масле курицу, нарезанную кубиками. Добавьте крупно нарезанный лук и жарьте, помешивая, до размягчения лука. Положите тмин, рис и перемешайте. Жарьте, пока рис не станет золотистым и полупрозрачным. Подмешайте томатную пасту, шафран, посолите и поперчите.

Влейте гранатовый сок и бульон, доведите до кипения, добавьте курагу или чернослив, изюм и перемешайте. Тушите до размягчения курицы и риса и впитывания жидкости.

Подавайте на стол, посыпав рубленой зеленью и оформив зернами граната.



• Время приготовления 1 час 5 минут •

ПЛОВ С ЯБЛОКАМИ



на 2 порции

- мякоть говядины 250 г
- рис 80 г
- яблоки сушеные 50 г
- сок яблочный ½ стакана
- лук репчатый 1 головка
- чеснок 1 зубчик
- масло растительное 2 ст. ложки
- бульон мясной 1 стакан
- миндаль тертый 20 г
- имбирь молотый ¼ ч. ложки
- перец черный молотый
- соль

Яблоки залейте соком и сварите их до мягкости.

Лук, нарезанный кольцами, и мелко рубленный чеснок обжарьте на части масла.

Говядину нарежьте кубиками, посолите, поперчите и обжарьте на оставшемся масле. Добавьте подготовленные лук и чеснок, всыпьте рис, залейте горячим бульоном и тушите до готовности.

В конце приготовления положите вареные яблоки, имбирь, миндаль, посолите, поперчите и прогрейте.

Перед подачей плов перемешайте, выложите на блюдо и оформите зеленью.

• Время приготовления 55 минут •

ПЛОВ С ОВОЩАМИ



на 6 порций

- рис круглозерный «Макфа» 3 пакетика
- изюм 90 г
- чернослив 150 г
- морковь 180 г
- капуста квашеная 240 г
- масло растительное 2 ст. ложки
- масло кунжутное 2 ст. ложки
- вода 600 г
- сахар 1 ч. ложка
- соль

Рис в пакетиках сварите, следуя указаниям на упаковке. Вареный рис заправьте маслом.

Готовый рис соедините с сухофруктами, нарезанной кубиками морковью, капустой, сахаром и тушите под крышкой до готовности.

При подаче оформите зеленью.

• Время приготовления 1 час •

ПЛОВ ИЗ БАРАНИНЫ

на 4 порции

- мякоть баранины 500 г
- рис 300 г
- паста томатная 2 ст. ложки
- морковь 2 шт.
- лук репчатый 1 головка
- бульон 3 стакана
- масло растительное 60 г
- зира ½ ч. ложки
- лавровый лист 1 шт.
- перец черный молотый
- соль

Мясо нарежьте кубиками, посолите, поперчите и обжарьте на части масла. Добавьте нарезанные мелкими кубиками морковь и лук, томатную пасту, жарьте, помешивая, 9–10 минут.

Залейте бульоном, положите пряности и доведите до кипения.

Всыпьте рис и тушите до загустения.

Когда рис впитает всю жидкость, закройте плов крышкой и на час поставьте в духовку.

При подаче плов перемешайте, выложите на блюдо и оформите зеленью.





• Время приготовления 1 час 10 минут •

ПЛОВ «АССОРТИ»

на 6 порций

- ветчина 100 г
- корейка свиная копченая 100 г
- цыплята 2 шт.
- сосиски 100 г
- рис 250 г
- помидоры 100 г
- лук репчатый 1 головка
- бульон куриный 0,5 л
- масло растительное 4 ст. ложки
- масло сливочное 4 ст. ложки
- кинза рубленая 3 ст. ложки
- шафран на кончике ножа
- соль

■ Ветчину, лук, корейку и мякоть цыпленка нарежьте кубиками, сосиски – кружочками и обжарьте на смеси сливочного и растительного масла.

■ Добавьте предварительно очищенные от кожицы и нарезанные кубиками помидоры, соль, шафран, всыпьте рис.

■ Влейте бульон, накройте плов крышкой и тушите до готовности, не размешивая.

■ Перед подачей плов перемешайте и посыпьте зеленью.



• Время приготовления 1 час 10 минут •



ПЛОВ С НУТОМ

на 6 порций

- мякоть баранины 350 г
- рис 600 г
- нут (горох) сушеный 200 г
- жир бараний 300 г
- морковь 400 г
- лук репчатый 3 головки
- лавровый лист 3 шт.
- барбарис 2 ст. ложки
- зира 1 ч. ложка
- перец черный горошком
- соль

■ Нут замочите в холодной воде на 6–12 часов (меняйте воду через каждые 1,5–2 часа), промытый рис – на час. Морковь и лук нарежьте мелкими кубиками, баранину – крупными кусками.

■ Перетопите жир, обжарьте баранину вместе с луком до образования румяной корочки. Затем положите морковь, нут, залейте водой так, чтобы она покрыла всю массу, и тушите почти до готовности. Посолите, добавьте пряности, затем ровным слоем выложите рис, налейте теплой воды, чтобы она покрывала его слоем в 2 см, и тушите до набухания риса. После этого оставьте плов упревать под крышкой в духовке или на водяной бане 30–35 минут.

■ При подаче плов выложите горкой на блюдо. Мясо нарежьте мелкими кусочками и положите сверху.

• Время приготовления 1 час 20 минут •

ПЛОВ С КОНСКОЙ КОЛБАСОЙ

на 6 порций

- конская колбаса (казы) 500 г
- сало курдючное 250 г
- рис 900 г
- морковь 500 г
- лук репчатый 250 г
- зира, барбарис, карри, паприка
- перец черный молотый
- соль



Сало нарежьте кубиками, положите в казан и вытопите жир. Шкварки выньте шумовкой.

Конскую колбасу отварите. Лук, нарезанный полукольцами, обжарьте в жире.

Через 8–10 минут добавьте морковь, посолите, перемешайте и жарьте морковь до золотистого цвета. После этого влейте горячую кипяченую воду так, чтобы она полностью покрыла морковь, добавьте пряности и доведите до кипения. Затем огонь уменьшите, положите в зирвак конскую колбасу и тушите 20–25 минут.

Всыпьте рис и далее готовьте плов, как описано в рецепте на с. 4.

Перед подачей колбасу выньте из плова, нарежьте кружочками. Плов перемешайте, выложите горкой на широкое плоское блюдо, сверху уложите казы.

• Время приготовления 50 минут •

ПЛОВ С КУРИЦЕЙ И БАРАНИНОЙ

на 6 порций

- курица 600 г
- баранина 200 г
- рис 200 г
- бульон куриный или мясной 2 стакана
- зеленый горошек консервированный 200 г
- перец красный маринованный или лечо 160 г
- лук репчатый 1 головка
- масло растительное 80 г
- семена тмина 1 ч. ложка
- перец черный молотый
- соль

Рис обжарьте на масле до прозрачности. Баранину нарежьте мелкими кубиками, обжарьте. Тушку курицы порубите (по 3 куска на порцию) и обжарьте, добавив мелко нашинкованный лук.

В жаровню положите рис, баранину и курицу с луком, влейте бульон, посолите и тушите на слабом огне. За 10 минут до готовности добавьте зеленый горошек, тмин, молотый перец, маринованный перец или лечо.

При подаче посыпьте плов зеленью.



• Время приготовления 1 час 20 минут •

АРИШТА-ПЛОВ

на 4 порции

- курица 500 г
- рис 200 г
- лук репчатый 1 головка
- масло топленое 30 г
- мука пшеничная 30 г
- яйцо 1 шт.
- вода 1 ч. ложка
- перец красный молотый
- соль



■ Лук нашинкуйте соломкой и обжарьте на масле без изменения цвета.

■ Тушку курицы разрубите на порционные куски, посолите, поперчите и обжарьте на масле, добавьте лук, немного бульона и тушите до готовности.

■ Из муки, воды и яйца с добавлением соли замесите крутое тесто для лапши (аришта), тонко раскатайте, слегка подсушите и нарежьте соломкой. Затем лапшу отварите в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг.

■ Рис отварите отдельно, смешайте его с лапшой и заправьте маслом.

■ При подаче на тарелку положите лапшу и рис, сверху уложите курицу с луком и полейте маслом. Оформите зеленью.



• Время приготовления 1 час 10 минут •

ПЛОВ-ЛАПША С БАРАНИНОЙ

на 8 порций

- мякоть баранины 500 г
- рис 400 г
- мука пшеничная 300 г
- яйца 3 шт.
- масло растительное 1 ст. ложка
- масло сливочное 10 г
- лук репчатый 2 головки
- бульон мясной 1 стакан
- зелень петрушки рубленая 4 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль



■ Для лапши из муки, соли, яиц и растительного масла замесите крутое тесто, выдержите его 30 минут, накрыв пищевой пленкой. Тесто тонко раскатайте, сначала нарежьте полосками шириной 5–6 см, затем нашинкуйте соломкой и подсушите.

■ Баранину нарежьте небольшими кусочками, обжарьте на масле, добавьте нарезанный полукольцами лук и жарьте, помешивая, до образования корочки. Влейте бульон, посолите, поперчите и тушите до готовности.

■ Лапшу и рис сварите по отдельности в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг.

■ Смешайте лапшу, рис и баранину, прогрейте и подавайте плов, посыпав рубленой зеленью.

• Время приготовления 1 час 40 минут •

ПЛОВ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ

на 4 порции

- рис 1 стакан
- курага 100 г
- лук репчатый 2 головки
- чеснок 1 зубчик
- масло оливковое 2 ст. ложки
- бульон мясной 3 стакана
- изюм без косточек 4 ст. ложки
- орехи кедровые 1 ст. ложка
- шафран молотый ¼ ч. ложки
- соль

Курагу залейте горячей водой и выдержите до набухания, промойте и нарежьте соломкой.

Лук и чеснок нарежьте мелкими кубиками и обжарьте на масле, добавьте мясной бульон, измельченную курагу, посолите и тушите 10 минут.

Введите рис и тушите без помешивания 15 минут, добавьте распаренный изюм, кедровые орехи, шафран и тушите еще 5 минут.

Перед подачей плов перемешайте.



• Время приготовления 45 минут •

ПЛОВ «ПЕСТРЫЙ»



на 4 порции

- рис 3 стакана
- яблоки 2 шт.
- морковь 1 шт.
- кукуруза консервированная 4 ст. ложки
- зеленый горошек консервированный 4 ст. ложки
- курага 100 г
- изюм без косточек ½ стакана
- масло сливочное 4 ст. ложки
- орехи грецкие рубленые 3 ст. ложки
- соль

Рис и морковь, нарезанную мелкими кубиками, обжарьте на масле до золотистого цвета, посолите. Влейте 6 стаканов воды и тушите 20 минут под крышкой.

Курагу залейте кипятком, дайте набухнуть. Воду слейте, курагу нарежьте кубиками.

К рису добавьте курагу, изюм, нарезанные кубиками яблоки и тушите еще 10 минут. Положите кукурузу, горошек и доведите до готовности.

Готовый плов выложите на блюдо и посыпьте орехами.

• Время приготовления 40 минут •

ПЛОВ С ГРИБАМИ И ВЕТЧИНОЙ

на 4 порции

- рис 250 г
- грибы 800 г
- ветчина вареная 200 г
- масло сливочное 2 ст. ложки
- лук репчатый 2 шт.
- морковь 1 шт.
- масло растительное 3 ст. ложки
- зелень петрушки или кинза рубленая 1 ст. ложка
- вода 0,5 л
- перец черный молотый
- соль

■ Грибы нарежьте ломтиками и жарьте на сливочном масле 7–10 минут.

■ Ветчину нарежьте кубиками, обжарьте и соедините с грибами.

■ Лук и морковь нарежьте соломкой, обжарьте на растительном масле, добавьте рис и обжаривайте до прозрачности риса.

■ Влейте воду, посолите, поперчите и тушите, пока рис не впитает всю жидкость. Затем уменьшите огонь и тушите под крышкой до готовности, добавив в конце приготовления ветчину с грибами и зелень.

■ Перед подачей плов перемешайте.



• Время приготовления 45 минут •

ПЛОВ «МОРСКОЙ ПРИБОЙ»

на 2 порции

- кальмары 300 г
- филе трески 200 г
- рис длиннозерный «Макфа» 2 пакетика
- лук репчатый 1 головка
- морковь 40 г
- масло растительное 1 ст. ложка
- перец черный молотый
- соль



■ Кальмаров и филе трески нарежьте кусочками.

■ Рис в пакетиках сварите в подсоленной воде до полуготовности.

■ Лук и морковь нарежьте соломкой, обжарьте на масле.

■ Соедините рис с овощами, кальмарами, рыбой, добавьте соль, перец, влейте 1 стакан воды и тушите в духовке до готовности риса.

■ Подавайте, оформив зеленью.

• Время приготовления 40 минут •

ПЛОВ ИЗ КАЛЬМАРОВ

на 2 порции

- кальмары 400 г
- рис круглозерный 150 г
- лук репчатый 1 головка
- перец сладкий 1 шт.
- морковь 40 г
- масло растительное 30 г
- бульон рыбный 300 г
- имбирь молотый ¼ ч. ложки
- перец черный молотый
- соль

■ Обработанных кальмаров нарежьте кусочками.

■ Обжарьте нарезанные соломкой лук, морковь и сладкий перец. Рис отварите в подсоленной воде до полуготовности.

■ Соедините рис с овощами, кальмарами, добавьте соль, имбирь, перец, бульон и тушите в духовке до готовности риса.

■ Подавайте, оформив зеленью.



• Время приготовления 45 минут •

ПЛОВ «ОРАНЖЕВОЕ ЛЕТО»



на 4 порции

- мякоть баранины 500 г
- рис 1 стакан
- масло топленое 3 ст. ложки
- лук репчатый 1 головка
- тыква 200 г
- морковь 1 шт.
- томат-пюре 2 ст. ложки
- зелень петрушки рубленая 2 ст. ложки
- бульон мясной 3 стакана
- куркума на кончике ножа
- перец черный молотый
- соль

■ Мясо, лук, морковь и тыкву нарежьте кубиками, положите в глиняный горшочек, перемешайте. Добавьте масло, томат-пюре и жарьте 10 минут под крышкой.

■ Перемешайте, посолите, поперчите, добавьте куркуму или шафран, всыпьте промытый рис, влейте горячий бульон или воду и варите плов под крышкой до готовности.

■ За 5 минут до готовности частью зелени посыпьте плов.

■ Перед подачей посыпьте плов оставшейся зеленью.

• Время приготовления 40 минут •

ПУРГУРИ-ПИЛАВ

на 2 порции

- помидор 1 шт.
- лук репчатый 1 головка
- перец сладкий зеленый ½ шт.
- масло оливковое 3 ст. ложки
- пшено 1 стакан
- вермишель 50 г
- бульон куриный 1½ стакана
- оливки 2 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль

■ Помидор ошпарьте, снимите кожицу, мякоть порубите.

■ Сладкий перец и лук порубите, смешайте и спассеруйте на масле.

■ Пшено залейте горячим бульоном, доведите до кипения. Варите 5 минут на слабом огне. Добавьте овощи, вермишель, соль, перец и тушите до готовности.

■ При подаче оформите оливками, кольцами лука и перца.

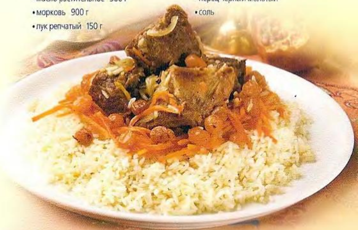


• Время приготовления 45 минут •

ПЛОВ БУХАРСКИЙ

на 6 порций

- мякоть баранины 1 кг
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь 900 г
- лук репчатый 150 г
- изюм без косточек 50 г
- шафран ½ ч. ложки
- зира, куркума
- перец черный молотый
- соль



■ Мясо нарежьте кусками по 150 г.

■ Лук нарежьте полукольцами, половину уложите в жаровню, посолите, поперчите. На лук выложите куски мяса, оставшийся лук, залейте 2–3 стаканами холодной воды так, чтобы мясо и лук были ею покрыты, варите 40 минут.

■ Рис варите до полуготовности, откиньте на дуршлаг.

■ Подготовленное мясо переложите в казан и влейте 2 стакана бульона.

■ Сверху уложите морковь, нарезанную соломкой, изюм, зиру и черный перец. Затем уложите рис, посыпьте куркумой и полейте настоем шафрана (шафран залейте 100 г горячей воды (но не кипятком!), настаивайте час).

■ Казан поставьте на средний огонь и осторожно влейте раскаленное масло. Варите плов под крышкой 1 час.

■ На блюдо сначала выложите рис, затем – морковь с изюмом, сверху – мясо.

• Время приготовления 2 часа 10 минут •

ПЛОВ С ДИЧЬЮ





■ Мякоть птиц разрежьте на куски по 50 г, добавьте половину мелко рубленного лука, соль, зиру, черный молотый перец и барбарис. Сбрызните уксусом и маринуйте в холодильнике 3–4 часа.

■ В разогретом масле обжарьте оставшийся рубленый лук. Добавьте маринованную птицу и, периодически помешивая, жарьте до образования румяной корочки.

■ Положите нашинкованную морковь, жарьте, изредка помешивая, еще 10 минут. Влейте горячую воду, дайте закипеть, затем нагрев уменьшите и тушите 20 минут.

■ Всыпьте рис, посолите, добавьте еще горячей воды, чтобы она покрыла рис на 2 см, и тушите до готовности.

на 10 порций

- фазан, утка, куропатка по 350 г
- рис 900 г
- уксус винный 1 ст. ложка
- масло растительное 250 г
- морковь 700 г
- лук репчатый 400 г
- пряности

• Время приготовления 2 часа 10 минут •

ПЛОВ САМАРКАНДСКИЙ

на 4 порции

- баранина, говядина или телятина 500 г
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь 500 г
- лук репчатый 400 г
- пряности



■ Рис засыпьте в соленую холодную воду (соотношение риса и воды 1:1) и варите почти до готовности.

■ Затем рис переложите в матерчатый мешочек и дайте стечь воде.

■ Отварите мясо с морковью. Вареную морковь нарежьте соломкой. Готовое мясо нарежьте кусочками, посолите, поперчите и смешайте с морковью.

■ Лук нашинкуйте полукольцами, обжарьте на масле и смешайте с мясом и морковью.

■ При подаче на блюдо уложите вареный рис, полейте его сильно разогретым маслом, уложите сверху смесь моркови, лука и мяса.



• Время приготовления 2 часа •

ПЛОВ ТАШКЕНТСКИЙ



на 10 порций

- баранина 1,3 кг
  или сало курдючное 350 г
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь (желательно желтая) 1 кг
- лук репчатый 250 г
- перец жгучий 1 шт.
- чеснок 1 головка
- зира, карри, паприка
- перец черный молотый
- соль

■ У баранины отделите мякоть от костей и отложите в сторону 4–5 небольших мозговых или реберных косточек. Мякоть нарежьте кубиками со стороной 2 см.

■ Курдючное сало нарежьте кубиками. Одну луковицу отложите в сторону, остальные нашинкуйте полукольцами. Морковь нарежьте соломкой.

■ Вытопите жир из курдючного сала. Шкварки выньте шумовкой. Затем обжарьте луковицу и выньте ее. Положите бараньи косточки, обжарьте их и затем выньте шумовкой.

■ Уменьшив огонь, положите в казан нашинкованный лук, жарьте 5–6 минут. Затем положите мясо и обжарьте.

■ Положите морковь и жарьте 10–13 минут, добавьте пряности.

■ Влейте горячую воду так, чтобы уровень ее был выше уровня зирвака на 1–2 см, добавьте головку чеснока и обжаренные косточки. Тушите все на слабом огне 40 минут. В конце приготовления опустите в казан стручок жгучего перца.

■ Выньте косточки, посолите, засыпьте рис, разровняйте его и залейте горячей водой так, чтобы она была выше уровня риса примерно на 2,5–3 см, тушите до готовности.

■ Выложив плов горкой на большое круглое блюдо, сверху уложите стручок перца и чеснок.

• Время приготовления 2 часа •

ПЛОВ ХОРЕЗМСКИЙ

на 6 порций

- баранина или говядина 800 г
- рис 900 г
- масло растительное 250 г
- морковь 1 кг
- лук репчатый 250 г
- перец черный молотый
- соль



■ Мясо нарежьте кусками по 150 г. Лук нарежьте полукольцами. Морковь нашинкуйте соломкой.

■ В разогретом масле обжарьте мясо, когда оно зарумянится, добавьте лук.

■ Жарьте лук с мясом на сильном огне, затем добавьте столько воды, чтобы она полностью покрыла мясо, доведите воду до кипения.

■ Положите морковь, посолите, поперчите. Тушите 2 часа.

■ Добавьте рис и тушите, не перемешивая, до готовности.

■ При подаче выложите плов на блюдо слоями: рис, затем морковь и наконец мясо.

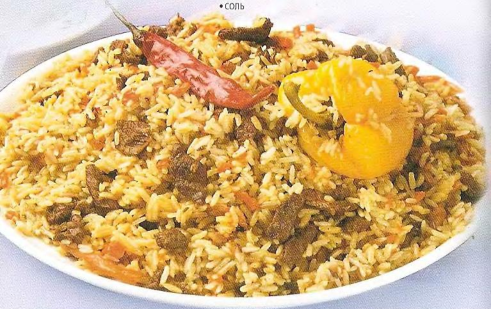


• Время приготовления 2 часа 30 минут •

ПЛОВ ФЕРГАНСКИЙ

на 6 порций

- мясо 1 кг
- рис 900 г
- масло растительное 300 г
- морковь 800 г
- лук репчатый 300 г
- чеснок 1–2 головки
- перец сладкий 1–2 шт.
- зира, паприка
- перец черный молотый
- соль



■ Мясо нарежьте брусочками. В сильно разогретом масле обжарьте лук, нарезанный кольцами. Добавьте мясо, перемешайте. Жарьте мясо на сильном огне, помешивая каждые 2–3 минуты.

■ Положите нарезанную соломкой морковь, жарьте все вместе еще 10 минут. Влейте в казан столько кипятка, чтобы он покрыл содержимое казана и, как только вода закипит, уменьшите огонь. Всыпьте в приготовленный зирвак 2 столовые ложки соли, добавьте пряности и тушите 25–30 минут.

■ Всыпьте рис, разровняйте его шумовкой. Залейте рис кипящей водой так, чтобы она покрыла рис на 1,5–2 см, и варите до полуготовности риса.

■ Уменьшите огонь. Соберите рис в центр казана горкой, накройте его глубокой тарелкой и варите плов еще 10 минут. Оставьте плов под крышкой на 10–15 минут. Перемешайте готовый плов и выложите на блюдо.

• Время приготовления 2 часа 10 минут •